

Trainingstijden seizoen 2022- 2023

Team	Trainingsdag(en)	Aanvang
Heren 1	Dinsdag en donderdag	20.15 - 21.45 uur
Heren 2	Dinsdag en donderdag	20.15 - 21.45 uur
Heren 3	Donderdag	20.15 - 21.30 uur
Heren 4	Maandag en woensdag	20.15 - 21.30 uur
Heren 5	Woensdag	20.15 - 21.30 uur
Heren 6	Maandag en woensdag	20.15 - 21.30 uur
Zondag 2	Vrijdag	19.30 - 20.30 uur
Zondag 3	Woensdag	20.30 - 21.30 uur
Dames 1	Dinsdag en donderdag	20.15 - 21.45 uur
Dames 2	Dinsdag en donderdag	19.00 - 20.15 uur
Dames 3	Donderdag	20.15 - 21.30 uur
Dames 25+ 2	Vrijdag	19.30 - 20.30 uur
Heren 35+	Woensdag	20.30 - 21.30 uur
Veteranen	Woensdag	20.30 - 21.30 uur
Sponsors	Woensdag	20.30 - 21.30 uur
MO20-1	Maandag en woensdag	20.15 - 21.45 uur
JO19-1	Maandag en woensdag	20.15 - 21.45 uur
JO19-2	Maandag en woensdag	20.15 - 21.45 uur
JO17-1	Maandag en woensdag	19.00 - 20.30 uur
JO17-2	Maandag en woensdag	19.00 - 20.15 uur
JO17-3	Maandag en woensdag	19.00 - 20.15 uur
MO17-1	Dinsdag en donderdag	19.00 - 20.15 uur
MO17-2	Dinsdag en donderdag	19.00 - 20.15 uur
JO15-1	Maandag en woensdag	19.00 - 20.15 uur
JO15-2	Maandag en woensdag	19.00 - 20.15 uur
MO15-1	Dinsdag en donderdag	18.45 - 20.00 uur
JO13-1	Dinsdag en donderdag	17.45 - 19.00 uur
JO13-2	Maandag en woensdag	17.45 - 19.00 uur
MO13-1	Maandag en woensdag	17.45 - 19.00 uur
MO13-2	Dinsdag en donderdag	17.45 - 19.00 uur
JO12-1	Maandag en woensdag	17.45 - 19.00 uur
JO11-1	Dinsdag en donderdag	17.45 - 19.00 uur
JO11-2	Maandag en woensdag	17.45 - 19.00 uur
MO11-1	Dinsdag en donderdag	17.45 - 19.00 uur
JO10-1	Maandag en woensdag	18.30 - 19.45 uur
JO10-2	Maandag en woensdag	17.45 - 19.00 uur
JO10-3	Maandag en woensdag	17.45 - 19.00 uur
JO9-1	Maandag en woensdag	17.30 - 18.45 uur
JO9-2	Maandag en woensdag	17.30 - 18.45 uur
JO9-3	Dinsdag en donderdag	17.30 - 18.45 uur
JO8-1	Maandag en woensdag	17.30 - 18.45 uur
JO8-2	Maandag en woensdag	17.30 - 18.45 uur
JO8-3	Maandag en woensdag	17.30 - 18.45 uur
JO7-1	Dinsdag	17.45 - 18.45 uur
JO7-2	Dinsdag	17.45 - 18.45 uur
F-League	Vrijdag	18.30 - 19.30 uur
Keepers	Volgt	

Dit is een voorlopig trainingsschema. In de voorbereiding op het nieuwe seizoen kunnen er nog wijzigingen worden doorgevoerd

Indeling trainingsvelden

Kunstgras veld 1

Maandag

Tijd	Veld A	Tijd	Veld B
17:30 - 18:45 uur	JO9-1, JO9-2, en JO10-2	17:30 - 18:45 uur	JO8-1, JO8-2, JO8-3 en JO10-3
18:30 - 19:45 uur	JO10-1		
18:45 - 20:00 uur	JO15-1	19:00 - 20:30 uur	JO17-1
20:15 - 21:45 uur	JO19-1	20:15 - 21:30 uur	MO20-1

Dinsdag

Tijd	Veld A	Tijd	Veld B
17:45 - 19:00 uur	JO11-1, JO7-1 en JO7-2	17:45 - 19:00 uur	JO13-1
18:45 - 20:00 uur	MO15-1	19:00 - 20:15 uur	MO17-2
20:15 - 21:45 uur	VVH 1	20:15 - 21:45 uur	Keepers

Woensdag

Tijd	Veld A	Tijd	Veld B
17:30 - 18:45 uur	JO9-1, JO9-2 en JO10-2	17:30 - 18:45 uur	JO8-1, JO8-2, JO8-3 en JO10-3
18:30 - 19:45 uur	JO10-1		
18:45 - 20:00 uur	JO15-1	19:00 - 20:30 uur	JO17-1
20:15 - 21:45 uur	JO19-1	20:30 - 21:45 uur	MO20 / Zondag 3

Donderdag

Tijd	Veld A	Tijd	Veld B
17:45 - 19:00 uur	JO11-1	17:45 - 19:00 uur	JO13-1
18:45 - 20:00 uur	MO15-1	19:00 - 20:15 uur	MO17-2
20:15 - 21:45 uur	VVH 1	20:15 - 21:45 uur	VVH 2

Vrijdag

Tijd	Veld A	Tijd	Veld B
18:30 - 19.30 uur	F-League	18:30 - 19.30 uur	JO7-1 en JO7-2
19.30 - 20.30 uur	Zondag 2	19:30 - 20:30 uur	VR25+

Seizoen 2022 - 2023

Kunstgras Veld 3

Tijd	Veld A	Tijd	Veld B
17:45 - 19:00 uur	MO13-1 en JO11-2	17:45 - 19:00 uur	JO13-2 en JO12-1
19:00 - 20:15 uur	JO17-2	19:00 - 20:15 uur	JO15-2 en JO17-3
20:15 - 21:45 uur	JO19-2	20:15 - 21:45 uur	VVH 4 en 6

Tijd	Veld A	Tijd	Veld B
17:45 - 19:00 uur	JO9-3M	17:45 - 19:00 uur	MO11-1 en MO13-2
19:00 - 20:15 uur	MO17-1	19:00 - 20:15 uur	Vr2
20:15 - 21:45 uur	VVH 2	20:15 - 21:45 uur	Vr1

Tijd	Veld A	Tijd	Veld B
17:45 - 19:00 uur	MO13-1 en JO11-2	17:45 - 19:00 uur	JO13-2 en JO12-1
19:00 - 20:15 uur	JO17-2	19:00 - 20:15 uur	JO15-2 en JO17-3
20:15 - 21:45 uur	JO19-2, sponsoren	20:15 - 21:45 uur	VVH 4, 5, 6

Tijd	Veld A	Tijd	Veld B
17:45 - 19:00 uur	JO9-3M	17:45 - 19:00 uur	MO11-1 en MO13-2
19:00 - 20:15 uur	MO17-1	19:00 - 20:15 uur	Vr2
20:15 - 21:45 uur	Vr3 / VVH 3 **	20:15 - 21:45 uur	Vr1

**** Vr1, Vr3 en VVH 3 trainen per roulatie op veld 2**

Elk team traint dus eens per drie weken op veld 2

Tijd	Veld A	Tijd	Veld B
18:30 - 19.30 uur			
19:30 - 21:00 uur			

Bij 15 minuten overlap van trainingstijden dienen trainers onderling standaard afspraken te maken over de indeling van de velden, over met name de ruimte waar de warming up inclusief loop- en coördinatie oefeningen, van de daaropvolgende groep kan worden gedaan. Uitgangspunt is dat de reeds trainende groep hun eindpartij goed kan uitvoeren maar ook op tijd stopt!!

Op trainingsavonden zijn de trainingsvelden uitsluitend bestemd voor trainende elftallen en niet voor jeugd die in hun vrije tijd nog wil voetballen